

Trainerfortbildung

Streckenflugcamp 2 19.-24.Juni 2023

Luftsportzentrum Oerlinghausen EDLO 15 LE



Luftsportzentrum Oerlinghausen-
Segelflugschule Oerlinghausen
Robert-Kronfeld-Str.11
33813 Oerlinghausen

19.6.2023 20:15 - 21:00 1LE

Rollen und Aufgaben im DAeC-Segelflug

- Athleten
- Sportdirektor
- Trainer
- Bundestrainer
- Funktionstrainer (Co-Bundestrainer)
- Stützpunkt und Landestrainer
- Vereine/Trainer-Assistent
- Zentrale Maßnahmen des Spitzenverbandes
- Sportfördergruppe Segelflug der Bundeswehr
- Wissenschaftliche Unterstützung

20.6.2023 19:30 - 20:15 1LE

Allgemeine Trainingsstruktur, Trainingsdiagnostik, Methodik

- Allgemeine Leistungsvoraussetzungen
- Trainingsphilosophie und Methodik
- Periodisierung

21.6.2023 19:30 - 21:00 2LE

Spezielle Trainingsstruktur

- Anforderungsprofil Strecken-Segelflug
- Leistungssteuerung als „Endlosschleife“
- Spezielle Fähigkeiten und Fertigkeiten/Kompetenzmodule
- Modul Flug/Technik
- Modul Mental
- Modul Funktionales Training, körperliche Fitness, Ernährung
- Anti-Doping im Luftsport

22.6.2023 19:30 - 21:00 2LE

Flight Safety – Sicherheit im (Wettbewerbs-)Segelflug **Tino Jancke**

- Standardisierung
- Normal Checklists
- Notfall-Checklisten/Notverfahren
- Luftraumstruktur
- Simulatortraining
- Human Factors-Training
- SMS – Safety Management System

23.6.2023 19:30 - 21:00 2LE

Trainings-Ebenen/Pyramide

Komplexität der Sportart Segelfliegen

- Faktoren und Auswirkungen
- Rollen-Verständnis
- Komplexitätsthema Teamflug im DAeC

24.6.2023 17:30 – 18:15 1LE

Rahmentrainingsinhalte der einzelnen Entwicklungsstufen

- Grundlagentraining
- Aufbau 1: Lernen & Trainieren
- Aufbau 2: Spezialisieren
- Trainingsinhalte, Methoden und Literatur

19.6.2023 – 24.6.2023 6LE

- Praktische Umsetzung der theoretischen Inhalte in Praxiselemente
- Einzelvorträge der Teilnehmer